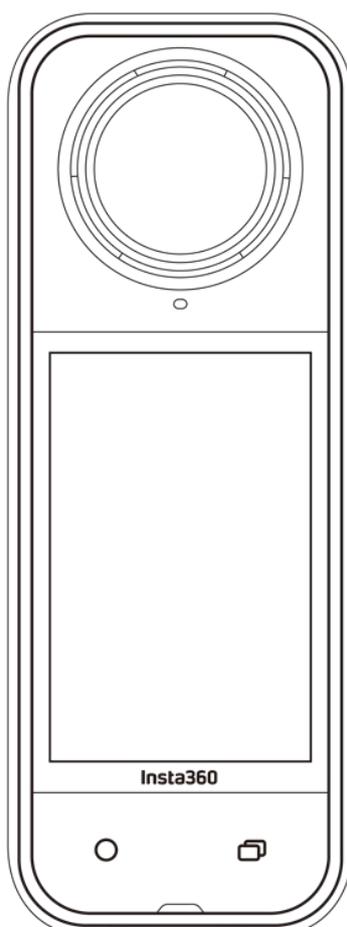


# Insta360 X5

## ユーザー マニュアル



# 内容

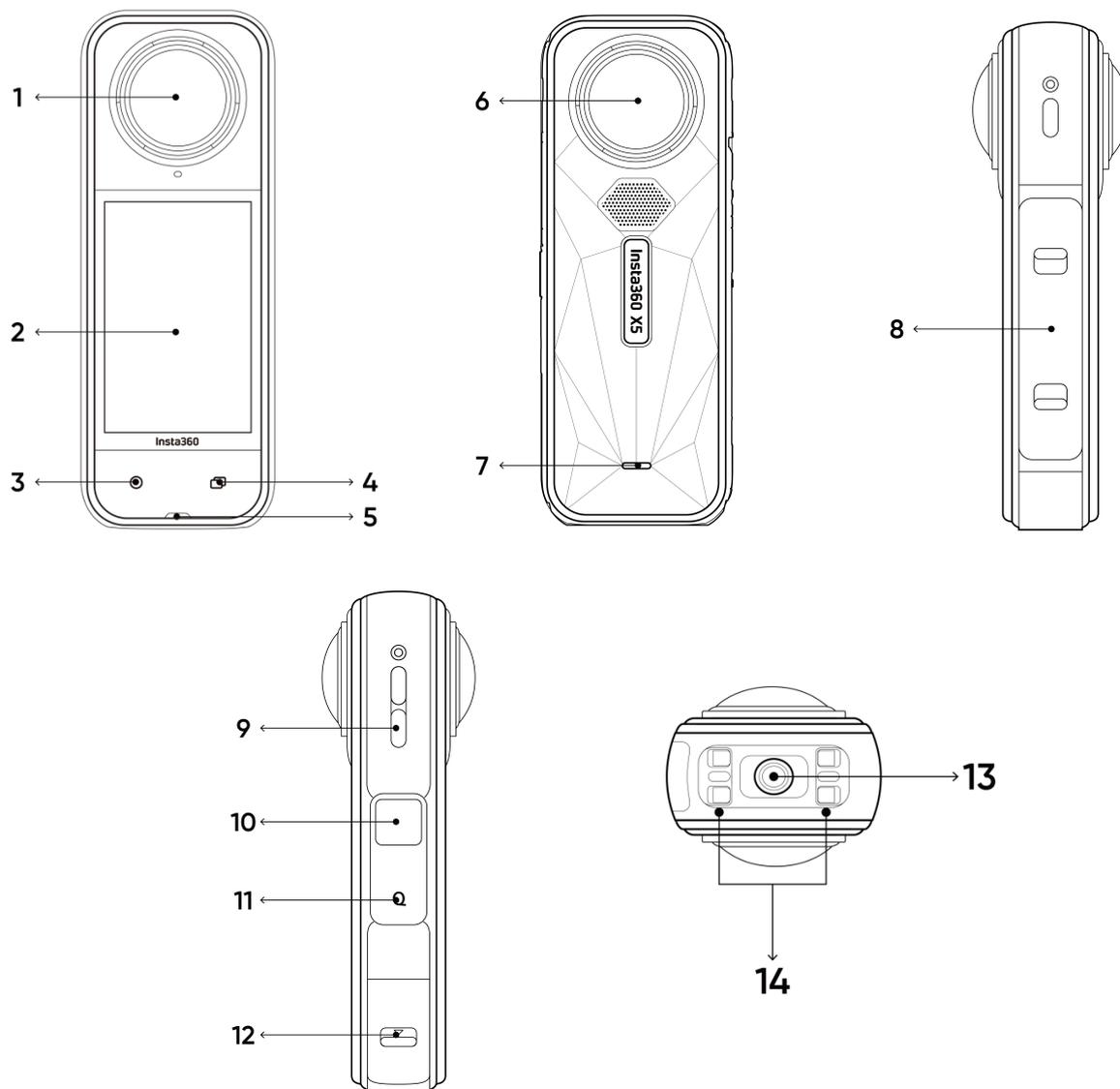
<b>製品紹介</b>	4
X5 の紹介	4
<b>初めて使用する場合</b>	5
microSD カードの挿入	5
充電	6
アクティベーション	7
<b>基本的な使い方</b>	8
ボタンの説明	8
タッチスクリーンの使い方	10
撮影画面	12
撮影モード	13
ショートカットメニュー	15
撮影仕様設定	17
撮影パラメーター設定	19
アルバムページ	22
インジケータランプ	23

---

ファイルストレージ	24
microSD カードのフォーマット	25
外部デバイスの装着	26
Insta360 アプリでの転送と編集	27
Insta360 アプリへの接続	27
ファイル転送	28
編集	31
メンテナンス	32
シリアル番号の確認	32
ファームウェアの更新	35
レンズガード	36
防水	37
クリーニング	38
バッテリーに関する注意事項	38

# 製品紹介

## X5 の紹介



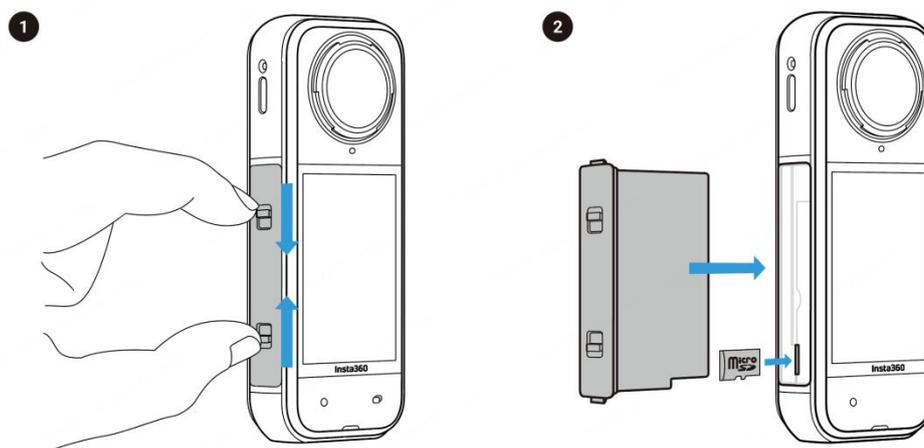
1. フロントレンズ
2. タッチスクリーン
3. シャッターボタン
4. メニューボタン
5. インジケータランプ

8. リチウムポリマー充電電池
9. スピーカー
10. 電源ボタン
11. クイックボタン
12. USB Type-C 端子
13. 1/4 インチねじ穴
14. クイックリリースマウントポイント

# 初めて使用する場合

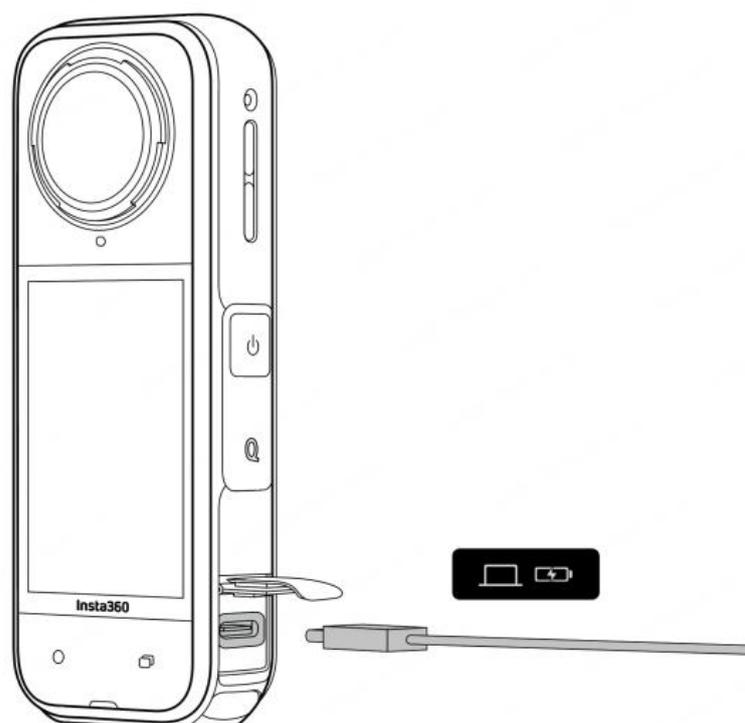
## microSD カードの挿入

1. はじめに、カバーのラッチを互い違いにつまんでバッテリーを取り外します。
2. メモリーカードを印字されている向きでスロットに挿入します。
3. バッテリーを再度挿入し、バッテリーカバーがロックされていることを確認します。防水性に影響を与えないよう、オレンジ色の表示マークがラッチで覆われるようにします。



## 充電

1. USB 端子カバーを開けます。
2. 付属の USB-C ケーブルで X5 を充電します。



X5 は、X5 万能急速充電ハブおよび 9V/3A アダプターを使用した PD 急速充電に対応します。

**X5 の充電時間 (9V/3A アダプター使用時):**

- 0-80%: 20 分
- 0-100%: 35 分

### アクティベーション

X5 を初めて使用する際は、Insta360 アプリでアクティベーションする必要があります。

手順:

1. Insta360 アプリをダウンロードします。主要なアプリストアで「Insta360」を検索するか、製品箱の QR コードをスキャンします。
2. 電源ボタンを押して X5 の電源を入れます。
3. スマートフォンの Wi-Fi と Bluetooth を有効にします。
4. Insta360 アプリを起動し、ページ下部にあるカメラアイコンをタップします。ポップアップウィンドウに表示されるデバイスから接続先を選択し、画面の指示に従って接続します。カメラ名はデフォルトで「X5 \*\*\*\*\*」です。「\*\*\*\*\*」には X5 の製品箱に記載されているシリアル番号の下 6 桁が入ります。X5 に初めて接続する際に、タッチスクリーンで接続を承認する必要があります。
5. カメラの接続に成功したら、画面の指示に従ってカメラをアクティベーションします。ファームウェアの更新が利用可能な場合は、アプリが通知します。画面の指示に従って X5 のファームウェアを更新します。

# 基本的な使い方

## ボタンの説明

### 電源ボタン



カメラの状態	操作	説明
電源オフ	1 回押す	<ul style="list-style-type: none"><li>カメラの電源を入れる。</li></ul>
電源オン	1 回押す	<ul style="list-style-type: none"><li>タッチスクリーンのオン/オフを切り替える。</li></ul>
	長押し	<ul style="list-style-type: none"><li>2 秒間長押し: 電源オフ</li><li>8 秒間長押し: 強制シャットダウン</li></ul>

### クイックボタン



カメラの状態	操作	説明
電源オン	1 回押す	<ul style="list-style-type: none"><li>プリセットの撮影モードやパラメーターに素早くアクセスできます。もう一度押すと、プリセットが切り替わります。</li><li>最後のアイコンまで循環すると、プリセットを追加またはカスタマイズできます。</li></ul>
充電中 (電源オフ時)	1 回押す	充電状況を確認する

## シャッターボタン



カメラの状態	操作	説明
電源オフ	1 回押す	<ul style="list-style-type: none"> <li>クイックキャプチャ*で撮影を開始します。</li> </ul> <p>*最初にカメラで有効にする必要があります。</p>
電源オン	1 回押す	<ul style="list-style-type: none"> <li>プレビュー中:               <ul style="list-style-type: none"> <li>- 写真撮影、または録画を開始します。</li> <li>- 録画を停止</li> </ul> </li> <li>他のページ:               <ul style="list-style-type: none"> <li>- プレビューページに戻ります。</li> </ul> </li> </ul>
	長押し	<ul style="list-style-type: none"> <li>録画中に長押しすると、すぐに録画をキャンセルして削除できます。</li> </ul> <p>*あらかじめ設定で「シャッターボタン長押しで録画キャンセル」を有効にします。</p>

## メニューボタン



カメラの状態	操作	説明
電源オン	1 回押す	<ul style="list-style-type: none"> <li>動画モードと写真モードを素早く切り替えます。</li> </ul>
充電中（電源オフ時）	1 回押す	充電状況を確認する

また、メニューボタンやクイックボタンをカスタマイズして、録画の開始や撮影モードの切り替えなどを行うこともできます。「設定 > ボタンのカスタマイズ」に進みます。

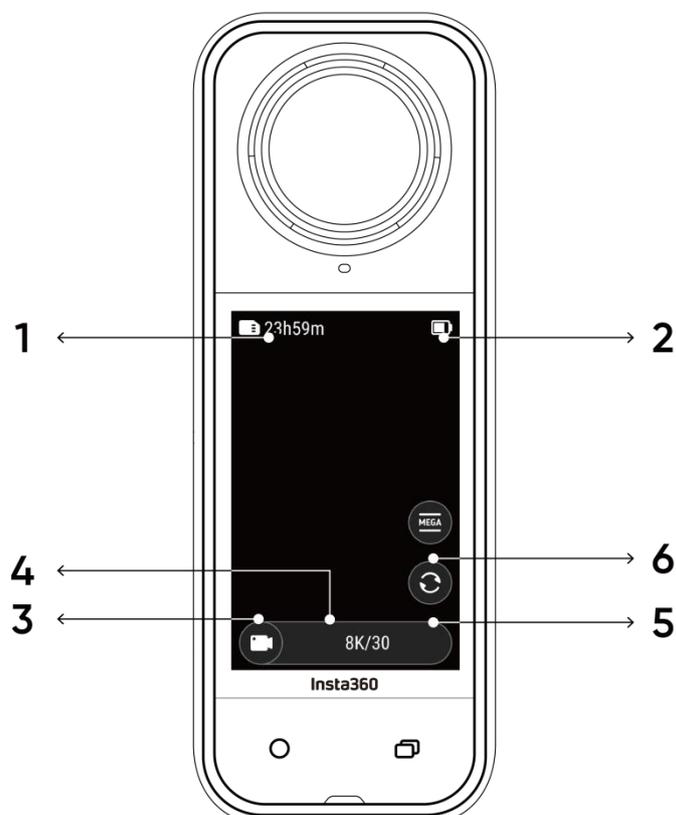
## タッチスクリーンの使い方

カメラの電源を入れると、タッチスクリーンにカメラのホームページと、撮影モード、バッテリー残量、ストレージ容量に関する情報が表示されます。画面をスワイプまたはタップすることで、以下のことができます：





## 撮影画面



1. ストレージ: microSD カードに保存できる写真の撮影枚数や動画の撮影時間を表示します。
2. バッテリーの状態: 現在のバッテリー残量。
3. 撮影モード: アイコンをクリックしてスワイプすると、別の撮影モードが選択できます。
4. 撮影仕様: 現在の撮影モード設定を表示します。
5. レンズの切り替え: タップして、前方視点と自撮り視点を切り替えます。360度モードでは、元の録画視点に戻るのにも使えます。
6. 視野: 視野を変更します (シングルレンズモードのみ)。

## 撮影モード

撮影モードアイコンをタップし、画面中央から左右にスワイプして撮影モードを切り替えます。

- 360 度モード:

### 360 度撮影のヒント

X5 は、2 つの魚眼レンズで撮影した映像をつなぎ合わせて 360 度動画を記録します。最良の結果を得るため、撮影時はどちらかのレンズが自分の方を向くようにし、カメラの側面に近づきすぎないようにします。

撮影モード	説明
動画	最大 8K30fps の 360 度動画を記録します。
PureVideo	PureVideo は低照度環境での画質を向上します。
インスタフレーム	自動フレーミングされたフラット動画と 360 度動画を同時に記録します。このモードではジェスチャー操作はサポートされません。ご注意ください。
タイムラプス	定点タイムラプス動画の撮影に適しています。
タイムシフト	移動しながらハイパーラプス (高速時間) 動画を撮影します。
バレットタイム	頭上で 360 度回転するスローモーション映像。
ループ録画	途切れることなく録画しますが、直近の固定時間セグメントのみ保存されます。
ロード・モード	一定のストレージ容量内でループ録画を行い、容量が一杯になると一番最初に録画したのから上書きします。
スターラプス	複数枚の写真を撮影して自動的に結合しスターラプス効果を作ります。

バースト写真	短時間に複数枚の写真を撮影します。
インターバル	一定の時間間隔で自動的に連続写真を撮影します。
写真	写真を一枚撮影します。

- シングルレンズモード:

撮影モード	説明
動画	片方のレンズで最大 4K60fps の広角動画を撮影できます。
FreeFrame 動画	アプリまたは Studio で編集時に、アスペクト比を調整しながら FlowState 手ブレ補正と水平維持を適用します。
ミーモード	見えない自撮り棒効果で広角動画を撮影し、リフレーミングなしであなたを中央に収め続けます。
ループ録画	途切れることなく録画しますが、直近の固定時間セグメントのみ保存されます。
写真	写真を一枚撮影します。

## 撮影中にカメラが暖かくなるのは問題ありませんか？

8K 解像度で撮影すると、カメラは大量の演算能力を使うので、本体の温度が上昇するのは異常ではありません。以下の方法で、消費電力を抑え、バッテリー寿命を延ばし、快適に撮影することができます：

- AI ハイライト・アシスタントをオフにするなど、必要に応じて高性能機能を有効または無効にします。
- スクリーンタイムアウト時間の調節 ショートカットメニューで、「設定 > 画面の自動スリープ」に進み、タイムアウト時間を短く設定します。

## ショートカットメニュー

タッチスクリーンを下にスワイプしてショートカット・メニューを表示します。



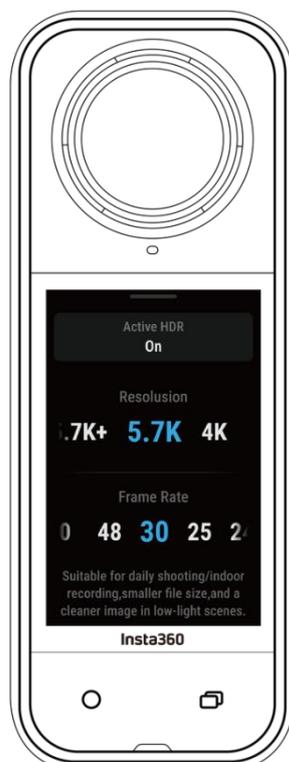
1. 回転ロック：有効/無効を切り替えます。
2. スクリーンのロック：タップするとスクリーンをロックします。タッチスクリーンを上をスワイプするとロック解除します。
3. 設定：カメラの設定を確認します。
4. 明るさの調節：バーをスライドして、画面の明るさを調節します。
5. 音量調節：カメラのスピーカー音量を設定します。自動、高、中、低、ミュートから選択します。
6. インジケータランプ：オン/オフします。
7. ファイルをクラウドに同期する：Insta360+に加入すると、自動ファイルバックアップ、オンライン再生、簡単共有、外出先での編集、便利なクラウドエクスポート

トが利用できます。

8. AI ハイライト・アシスタント：有効/無効を切り替えます。カメラが1本の動画から最高の瞬間を見つけ出してハイライトを表示します。それらを1つの動画に結合、またはそれぞれを新しいファイルとして保存できます。ハイライトはアルバムのページで見ることができます。
9. プリ録画：有効/無効を切り替えます。シャッターボタンを押す前の一定時間の映像を保存できます。(時間は撮影モードによって異なります)。
10. ジェスチャー操作：有効/無効を切り替えます。
11. 音声操作：有効/無効を切り替えます。
12. ツイスト撮影：カメラの電源を入れた状態で、自撮り棒を軸を中心にして左右に2回ひねると、録画や写真撮影します。
13. アクセサリー：見えない潜水ケース、POV チェストマウント、サーモグリップカバーなどのアクセサリーは、X5で使用する前に設定を調整する必要があります。
14. プリセット：プリセットした撮影モードやパラメータの切り替え、追加、変更ができます。
15. 耐久モード：有効にすると、バッテリーの持ち時間を延ばすために一部の機能が制限されます。
16. Bluetooth：Bluetooth リモコンや Bluetooth ヘッドセット / マイクを検索して接続します。
17. オーディオ設定：オーディオモードを切り替えます。
18. クイックキャプチャー：有効/無効を切り替えます。有効にすると、カメラの電源がオフのときにシャッターボタンを押すと、電源が入り録画を開始します。
19. 予約録画：有効にすると、カメラは指定された時間に撮影します。

## 撮影仕様設定

タッチスクリーンを下から上にスワイプすると、撮影仕様設定を確認できます。



- 360 度モード:

撮影モード	パラメーター
動画	アクティブ HDR、解像度、フレームレート
PureVideo	解像度、フレームレート
インスタフレーム	フラット動画解像度、アスペクト比、360 度解像度、フレームレート
タイムラプス	解像度、フレームレート、インターバル
タイムシフト	解像度、フレームレート、速度
バレットタイム	解像度、フレームレート

ループ録画	解像度、フレームレート、ループ時間
ロード・モード	ループ容量、電源オフ充電、解像度、フレームレート
スターラプス	タイプ、解像度、撮影時間、タイマー
バースト	タイマー、フォーマット、解像度、バースト数/時間
インターバル	解像度、撮影時間、インターバル、フォーマット
写真	HDR 写真、フォーマット、解像度、タイマー

- シングルレンズモード:

撮影モード	パラメーター
動画	アスペクト比、解像度、フレームレート
FreeFrame 動画	アスペクト比、解像度、フレームレート、水平維持
ミーモード	アスペクト比、解像度、フレームレート
ループ録画	アスペクト比、解像度、フレームレート、ループ時間
写真	アスペクト比、解像度、タイマー、フォーマット

## 撮影パラメータ設定

タッチスクリーンの右端から左にスワイプすると、撮影パラメータ設定が表示されます。



360度モードとシングルレンズモードは、撮影モードによつて異なるパラメータをサポートします。

撮影モード	パラメーター
シャッター速度	光がカメラに取り込まれる時間を制御します。シャッター速度が速いほど、鮮明な画像になります。動きの速い被写体を撮影する場合はこの値を大きく、低照度環境下では小さくします。
感度 (ISO)	センサーの光に対する感度を表します。感度が高いほど、カメラはより多くの光を捉えて、より明るい画像になります。
露出補正值 (EV)	オートモードでは、EV 値を調整して露出オーバーや露出アンダーを補正することができます。
ホワイトバランス	非現実的な色や色調を取り除き、正確な色を再現します。ホ

(WB)	ホワイトバランスを高くすると暖色系になり、低くすると寒色系になります。
ジッターブラー低減	低照度環境でのモーションブラーと手ブレ補正を改善します。極度に照度の低い環境では、映像が暗くなり、ちらつきが発生することがあります。
フィルター	さまざまな色調と効果を加えます。
バランス露出	スクリーンは環境に応じて自動的に露出を均一化します。
I-Log	プロ仕様のカラープロファイルは、より詳細なディテールを捉え、ポストプロダクションでのカラーグレーディングの幅を広げます。
測光モード	「顔優先」は、顔に合わせて明るさを調整します。「マトリクス」は画像全体で適正露出になるようにします。
低照度画質強化	最大 5.7K30fps 対応で、よりクリアで安定した映像を可能にします。明るい環境ではオフにするとバッテリーが長持ちします。

• 360 度モード:

撮影モード	パラメーター	
	オート	マニュアル
動画	フィルター、I-Log、EV、ジッターブラー低減、WB、バランス露出	フィルター、I-Log、シャッター速度、ISO、WB
PureVideo	フォーマット、EV、WB、バランス露出	
インスタフレーム	低照度補正、フィルター、EV、WB、ジッターブラー低減	
タイムラプス	フィルター、EV、WB、ジッターブラー低減、バランス露出	フィルター、シャッター速度、ISO、WB

## X5 ユーザー マニュアル

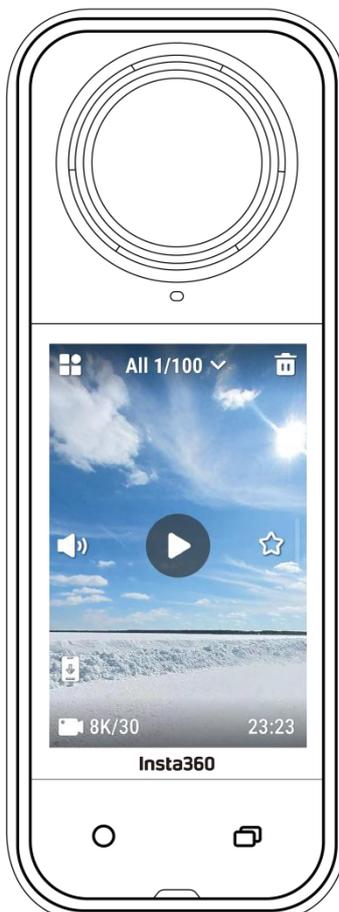
タイムシフト	フィルター、EV、WB、ジッターブ ラー低減、バランス露出	フィルター、シャッター速度、ISO、 WB
バレットタイ ム	フィルター、EV、WB	
ループ録画	低照度補正、フィルター、I-Log、 EV、ジッターブラー低減、バランス 露出	フィルター、I-Log、シャッター速度、 ISO、WB
ロード・モー ド	低照度補正、フィルター、I-Log、 EV、ジッターブラー低減、バランス 露出	フィルター、I-Log
スターラプス	EV、WB	シャッター速度、ISO、WB
バースト写真	EV、WB	シャッター速度、ISO、WB
インターバル	EV、WB	シャッター速度、ISO、WB
写真	EV、WB	シャッター速度、ISO、WB

- シングルレンズモード:

撮影モード	パラメーター	
	オート	マニュアル
動画	フィルター、EV、WB、測光モー ド、ジッターブラー低減	フィルター、シャッター速度、ISO、 WB
FreeFrame 動画	フィルター、EV、WB、測光モー ド、ジッターブラー低減	フィルター、シャッター速度、ISO、 WB
ミーモード	フィルター、EV、WB、ジッターブ ラー低減	フィルター、シャッター速度、ISO、 WB
ループ録画	フィルター、EV、WB、測光モー ド、ジッターブラー低減	フィルター、シャッター速度、ISO、 WB
写真	EV、WB、測光モード	シャッター速度、ISO、WB

## アルバムページ

タッチスクリーンを左から右にスワイプすると、アルバムページに移動します。



## インジケータランプ

カメラの状態	インジケータランプの状態
電源オン / スタンバイ / スタンバイ (充電中) プリ録画 / USB モード	シアン色で点灯
クイックキャプチャで撮影を開始	シアン色で 3 回点滅
電源オフ	シアン色で 5 回点滅
充電中 (電源オフ時)	オレンジ色点灯
録画中	赤色点滅
インスタフレーム (自撮りビュー) 録画中	緑色点滅
インスタフレーム (自撮りビュー) 360°スピン / バレルロール (スタンバイまたは 録画中)	緑色で高速点滅
インスタフレーム (カスタムビュー) 360°スピン / バレルロール (録画中)	赤色点滅
インスタフレーム (カスタムビュー) 360°スピン / バレルロール (スタンバイ)	シアン色で高速点滅
ファームウェア更新中	青色点滅
ストレージ不足 / ファイルエラー / USB エラー	黄色点灯
バッテリー残量低下 / 充電エラー 温度が高すぎる / 低すぎる	黄色で 3 回点滅
逆充電中	緑色点滅

## ファイル・ストレージ

録画が正常に行われるようにするため、スピードクラス UHS-I、V30 以上の exFAT 形式でフォーマットした microSD カードを使用してください。サポートする最大容量は 1TB です。

Insta360 ストアで販売されている純正メモリーカードの使用を推奨します。純正以外に、以下のメモリーカードも X5 と互換性があることを検証済みです：

microSD カード	型番	容量	スピードクラス
Insta360 microSD V30 A1	64GB	64GB	U3、A1、V30
	128GB	128GB	U3、A1、V30
Sandisk Extreme V30 A1	SDSQXVF-032G-GN6MA	128GB	V30
Sandisk Extreme Pro V30 A1	SDSQXCG-064G-GN6MA	64GB	V30
SanDisk Extreme V30 A2	SDSQXAH-064G-GN6GN	64GB	U3、A2、V30
	SDSQXAA-128G-GN6GN	128GB	U3、A2、V30
	SDSQXAV-256G-GN6GN	256GB	U3、A2、V30
	SDSQXA1-512G-ZN6MA	512GB	U3、A2、V30
	SDSQXA1-1T00-ZN6MA	1TB	U3、A2、V30
SanDisk Extreme Pro V30 A2	SDSQXCU-064G-GN6MA	64GB	U3、A2、V30
	SDSQXCY-128G-ZN6MA	128GB	U3、A2、V30
	SDSQXCD-256G-GN6MA	256GB	U3、A2、V30
	SDSQXCZ-512G-ZN6MA	512GB	U3、A2、V30

	SDSQXCD-1T00-GN6MA	1TB	U3、A2、V30
Lexar 1066x microSD UHS-I SILVER シリーズ	LMS1066064G-BN	64GB	V30
	LMS1066128G-BN	128GB	V30
	LMS1066256G-BN	256GB	V30
	LMS1066512G-BN	512GB	V30

## microSD カードのフォーマット

ストレージの問題を避けるため、カメラファイルをスマートフォンやパソコンにバックアップしてカメラまたは Insta360 アプリで microSD カードをフォーマットする作業を定期的に行うことを推奨します。

- X5 でのフォーマット：
  1. microSD カードを X5 に挿入します。
  2. カメラの電源を入れます。
  3. タッチスクリーンを下にスワイプしてショートカットメニューに入り、[設定]>[SD カード]>[フォーマット]をタップします。

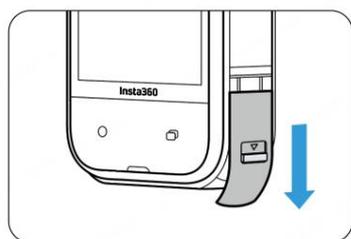
- Insta360 アプリでのフォーマット：
  1. X5 とスマートフォンを Insta360 アプリ経由で接続します。
  2. アプリの[設定]>[カメラストレージ]>[フォーマットする]をタップします。

注：パソコンでカードをフォーマットする場合、フォーマット形式は exFAT、アロケーション・ユニット・サイズはデフォルト設定のままにしておく必要があります。

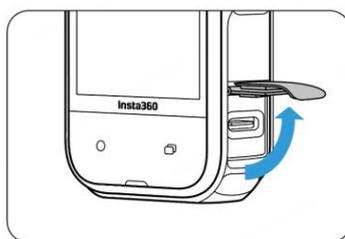
## 外部デバイスの取り付け

USB 端子カバーを外して外部デバイスを取り付けることができます。

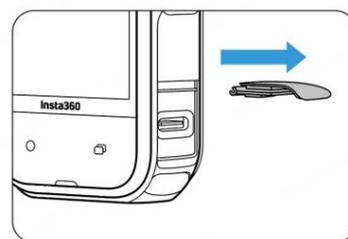
1. USB 端子カバーを開けて外します。
2. 外した後は、外付けマイクや X5 クイックリーダーなどのアクセサリーを取り付けることができます。
3. 外部デバイスを使い終わって USB 端子カバーを戻す場合は、カバーを金属軸に引っ掛けて閉じます。防水性が損なわれないよう、しっかりと閉まっていることを確認します。



1



2



3

## Insta360 アプリで転送・編集する

### Insta360 アプリへの接続

1. Insta360 アプリをダウンロードします。または、App Store または Google Play Store で「Insta360」で検索し、Insta360 アプリをダウンロードします。
2. 電源ボタンを押して X5 の電源を入れます。
3. スマートフォンの Wi-Fi と Bluetooth を有効にします。
4. Insta360 アプリを開き、ページ下部にあるカメラアイコンをクリックします。画面の指示に従ってカメラをアクティブにします。
5. Insta360 アプリに初めて接続する場合は、タッチスクリーンで接続を承認する必要があります。

アプリに接続できない場合は、スマートフォンの Wi-Fi 設定で X5 を検索し、パスワードを入力してアプリに戻ります。

注意: カメラの Wi-Fi パスワードはアプリの設定ページで変更できます。

それでも Insta360 アプリに接続できない場合:

1. Insta360 アプリに以下の権限が許可されているか確認します: ネットワークの許可、Bluetooth の許可、ローカルネットワークの許可
2. カメラの Wi-Fi が有効になっているか確認します。
3. X5 をスマートフォンの近くに置きます。

## ファイル転送

カメラのファイルをスマートフォンや PC にダウンロードし、Insta360 アプリや Insta360 Studio で編集したり書き出ししたりできます。

### カメラからスマートフォンへのファイル転送

#### ワイヤレス接続 (iOS/Android)

1. カメラを Insta360 アプリに接続します。
2. アプリのアルバムページを開きます。
3. 右上のアイコンをタップし、転送したいファイルを選択します。
  1. 書き出しアイコンをタップし、スマートフォンのアルバムに保存します。書き出し中は、アプリを終了したりスマートフォンをロックしたりしないでください。
  2. ダウンロードアイコンをタップして、アプリのギャラリーに素材をダウンロードします。

カメラが Insta360 アプリに接続できない場合は、以下を試してみます：

1. カメラのファームウェアとアプリを最新版に更新します。
2. スマートフォンの Wi-Fi 設定をチェックし、接続しているかを確認します。接続していない場合は、Wi-Fi パスワードを入力し、カメラとスマートフォンを再起動してから再試行します。それでも接続できない場合は、スマートフォンの設定でカメラの Wi-Fi ネットワークを一旦削除してから、再度接続してみます。
3. Insta360 アプリに対して GPS と Bluetooth が許可されていることを確認します。Android デバイスでは、WLAN+を無効にするか、(利用可能な場合は) Wi-Fi を自動切り替えにします。iOS デバイスの場合、システム設定から Insta360 を選択し、「ローカルネットワーク」を有効にします。

### カメラからパソコンへのファイル転送

#### (Mac/Windows)

1. 純正 Type-C ケーブルでカメラをパソコンに接続します。
2. カメラの電源を入れ、ファイル転送を選択します。パソコンがカメラをドライブとして認識するのを待ちます。
3. 「DCIM」 > 「Camera01」フォルダを開き、このフォルダから写真/動画をパソコンにコピーします。

カメラに接続できない場合は、以下を試してみます：

1. カメラのファームウェアが最新であることを確認します。
2. 純正以外のケーブルは互換性に問題がある可能性があるため、転送には純正ケーブルを使用してください。
3. カメラの電源が入っていることを確認します。

### Insta360 アプリから Mac へのファイル転送

#### • iPhone

1. iPhone を Mac に接続します。
2. Mac の Finder で iPhone を選択します。
3. Finder のメニューバーで「ファイル」をクリックし、次のいずれかを実行します：

- Mac から iPhone に転送する：デスクトップに「IMPORT」という名前で新規フォルダを作成します。ファイルを IMPORT フォルダにドラッグしてから、デバイスの Insta360 アプリフォルダにドラッグします。

iPhone から Mac に転送する：Insta360 アプリの横にある小さな三角形(">")をクリックして DCIM フォルダを表示し、転送したいファイルを Mac 上のフォルダにドラッグします。

#### 注意：

- a. フォルダ名は大文字の「IMPORT」である必要があります。
- b. 転送の進捗状況は表示されない場合があります。転送が完了するまでそのままお待ちください。
- c. 転送完了後に Insta360 アプリを再起動すると、転送したファイルが表示されます。

#### • Android

1. Mac に Android File Transfer をインストールします。
2. スマートフォンを Mac に接続し、Android File Transfer を開きます。
3. 「data > com.arashivision insta360akiko > files > Insta360OneR > galleryOriginal」を見つけます。

4. Android デバイス上のファイルやフォルダを、Mac 上のフォルダにコピー & ペーストまたはドラッグします。

### Insta360 アプリから Windows PC へのファイル転送

#### • iPhone

1. iTunes を Windows PC にインストールします。iPhone を PC に接続し、iTunes を開き、指示に従って認証プロセスを完了します。
2. 認証に成功したら、左上にある iPhone のアイコンをクリックすると、iPhone のファイルが表示されます。
3. 「ファイル共有」をクリックし、一覧から「Insta360」を選択します。その後、以下のいずれかを行います：

- iPhone から Windows PC に転送：DCIM フォルダを探し、保存をクリックします。保存先のパスを選択し、保存をクリックします。

- Windows PC から iPhone に転送：「IMPORT」という名前でフォルダを新規作成し、写真や動画を IMPORT フォルダにコピーします。Insta360 アプリの IMPORT フォルダと置き換えます。

#### 注意：

1. フォルダ名は大文字の「IMPORT」である必要があります。
2. 転送完了後に Insta360 アプリを再起動すると、転送したファイルが表示されません。

#### • Android

1. Android 端末を PC に接続します。必要な場合は、スマートフォンの「USB Connected」にある「Manage Files」を選択します。
2. 「マイコンピュータ/このコンピュータ」をクリックし、お使いのスマートフォンのモデルを見つけ、「内部ストレージ」をクリックします。
3. 「data > com.arashivision insta360akiko > files > Insta360OneR > galleryOriginal」を見つけ、以下のいずれかを行います：

- Android から Windows PC に転送：フォルダやファイルを PC にコピーします。

- Windows PC から Android に転送：PC からこのフォルダにファイルをコピーします。

## 編集

360 度映像やフラット映像は Insta360 アプリまたは Insta360 Studio で表示・編集できます。

### • Insta360 アプリ

#### アルバムページ

1. X5 を Insta360 アプリに接続します。
2. アルバムページでは、すべてのクリップを見ることができます。
3. フラット映像や 360 度映像を開き、プレーヤーで編集します。

#### 編集ページ

1. X5 を Insta360 アプリに接続します。
2. 「編集する」に進みます。「動画の作成」で素材を開いて編集するか、あるいは「自動編集」で AI を使ってクリップを自動的に編集することもできます。AI テンプレート、テーマ、エフェクトをフラッシュカットと編集ラボで試して、バイラル動画を数秒で作ってみましょう。

### • Insta360 Studio

1. Insta360 のウェブサイトから Insta360 Studio をダウンロードし、パソコンで開きます。
2. カメラまたは SD カードを PC に接続し、メディアをインポートします。
3. Studio の豊富なツールとライブラリを使って編集するか、あるいは Adobe Premiere プラグインを使えばさらに多くのオプションが利用できます。

# メンテナンス

## シリアル番号の確認

### 1. 製品箱

カメラのシリアル番号は製品箱の背面に記載されています。



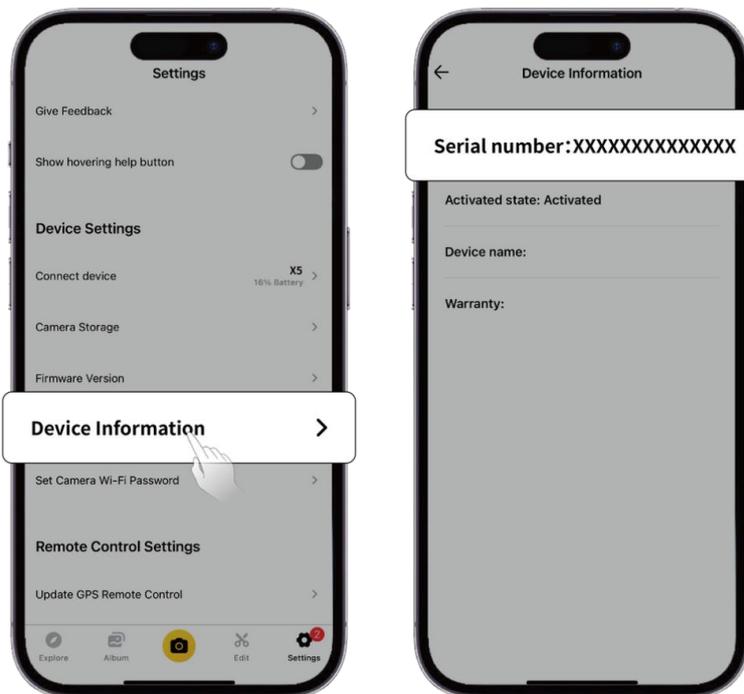
### 2. カメラ設定

- (1) カメラの電源を入れます。
- (2) タッチスクリーンを下にスワイプしてショートカットメニューにアクセスし、「設定」>「カメラ情報」でシリアル番号を表示します。



### 3. Insta360 アプリ

- (1) カメラを Insta360 アプリに接続します。
- (2) アプリの「My」 > 「端末情報」でカメラのシリアル番号が確認できます。



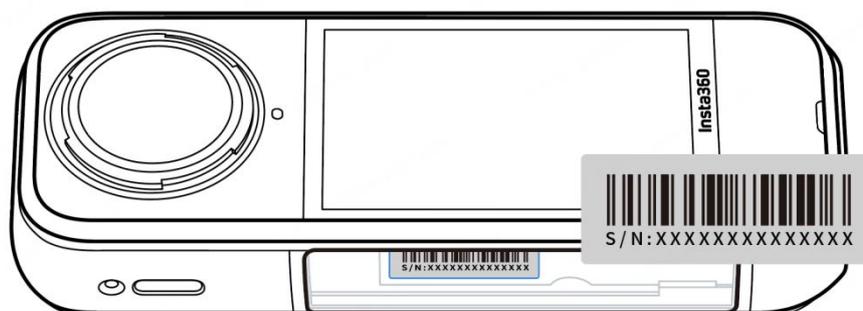
### 4. Insta360 Studio

- (1) パソコンで Insta360 Studio を起動し、カメラで撮影した映像をインポートします。
- (2) 映像を選択し、画面右側の「ファイルの情報」アイコンをクリックしてファイルのプロパティにアクセスすると、シリアル番号が確認できます。



5. バッテリー・コンパートメント・ラベル

バッテリーを取り外し、ラベルのバーコードの下にカメラのシリアルナンバーを見つめることができます。



## ファームウェアの更新

X5 が効率的に動作するよう、ファームウェア更新は定期的に提供されます。最良の結果を得るため、ファームウェアは最新版に更新してください。

アップデートの前に、X5 のバッテリー残量が 20%以上あることを確認します。

- **Insta360 アプリ経由での更新:**

X5 を Insta360 アプリに接続します。新規ファームウェアアップデートが利用可能な場合は、アプリが通知します。画面の指示に従ってファームウェアを更新します。

アップデートに失敗した場合は、以下を確認し、もう一度試みてください:

1. カメラをスマートフォンの近くに置きます。
2. Insta360 アプリを起動したままにし、終了したり最小化したりしないようにします。
3. スマートフォンのネットワーク接続状況が良好で安定していることを確認します。

上記の条件が確認できたら、カメラを再起動して、再度ファームウェアを更新します。それでも失敗する場合は、PC 経由で更新してみます。

- **PC 経由での更新**

1. X5 の電源が入っていることを確認します。
2. USB Type-C ケーブルでカメラを PC に接続し、USB モードでファイル転送を選択します。
3. Insta360 公式ウェブサイトから最新版のファームウェアを PC にダウンロードします。
4. PC が X5 を認識したら、「Insta360X5FW.bin」ファイルを X5 のルートディレクトリにコピーします。ファイル名は変更しないでください。
5. X5 と PC の接続を解除します。X5 の電源は自動的に切れます。インジケータランプが青色でゆつくりと点滅します。
6. 更新が完了すると、X5 は自動的に再起動します。

## レンズガード

1. 使用する前に、レンズの周囲とレンズ表面を清掃し、すべてが清潔で乾いていることを確認してから取り付けてください。レンズやレンズガードに付着したホコリが撮影結果に影響する場合があります。
2. レンズガードを取り付けたら、カメラがレンズガードを正しく認識し、「レンズガードモード」アイコンが表示されていることを確認します。レンズガードを外した後はアイコンが消えることを確認します。
3. レンズガード表面の汚れや傷は画質に影響を与える可能性があるため、常に清潔に保ちます。
4. レンズガードは密閉構造ではありません。サーフィンや雨の日など水のかかるようなアクティビティでの使用は避けてください。
5. 水中での撮影には、専用の潜水ケースや関連アクセサリを使用してください。潜水ケースを使用する場合は、あらかじめレンズガードを外します。
6. レンズガードとその周囲は完全に乾いた状態を保ちます。雪や水、霧にさらされた場合は、柔らかい布で水分を拭き取ってから使用します。水気がついたまま使用すると、レンズガードの内側が曇る場合があります。
7. レンズガードを取り外す際は、カメラのレンズを傷つけないようご注意ください。

### 防水

1. X5 は 15 メートル防水です。水中や水辺で使用する際は、あらかじめレンズガードを取り外してください。
2. 水と空気の屈折率の違いにより、X5 を水中で 360 度モードで撮影すると、ステッチングの問題が発生する場合があります。最適なステッチングを確保するため、水中撮影には見えない潜水ケースの使用を推奨します。
3. 使用前に、カメラのバッテリー収納部の防水シールと USB 端子カバーに
  - a. 傷がなく汚れやゴミが付着していないことを確認してください。
  - b. しつかりと閉じていると、オレンジのインジケーターが完全に隠れた状態になります。

カバーがしっかりと閉じていなければ、カメラの防水性能に影響を与える可能性があります。必要に応じて、汚れのない柔らかい布で清掃します。
4. X5 を海水中で使用した後は、以下の注意事項を守ってください：
  - a. カメラを真水ですすぎます。
  - b. カメラを真水に 5～10 分間浸します。
  - c. 柔らかい布で水分を拭き取り、風通しの良い場所で自然乾燥させます。カメラの表面が乾いてから、バッテリーの取り外しやその他の作業を行ってください。

#### X5 の防水性を維持するために：

1. ヘアドライヤーを使ってカメラを乾かすことはしないでください。マイクやスピーカーの内部防水膜を損傷する恐れがあります。
2. カメラを推奨動作温度 (-20°C ~ 40°C) の範囲外、または湿度の高い環境で長時間 (1 時間以上) 使用しないでください。
3. 急激な温度変化や湿度変化は、カメラの表面や内部に結露を発生させ、撮影品質に影響を与えることがあるため、カメラの使用時には急激な温度変化や湿度変化を避けてください。
4. 過度な水の衝撃や圧力はカメラを損傷する恐れがあるため、高速での入水は避けてください。
5. カメラのバッテリーカバーと USB 端子カバーがしっかりと閉じてあることを確認します。

## クリーニング

1. レンズやレンズガードにゴミや髪の毛などの異物が付着している場合は、レンズペン、ブローアー、または布で清掃します。
2. バッテリーやバッテリーカバーに汚れや砂、髪の毛などの異物が付着していないことを確認します。必要に応じて、乾いた柔らかい布や紙で拭き取ります。
3. カメラが正しく動作するように、microSD カードスロットにほこり、汚れ、砂が付着していないことを確認します。

## バッテリーに関する注意事項

1. X5 用の Insta360 純正バッテリーのみを使用してください。Insta360 は、純正以外のバッテリーの使用により発生した事故や故障について、一切の責任を負いません。バッテリーを新たに購入する際は、Insta360 公式ストアにてご購入ください。
2. 推奨温度 (-20°C~40°C) の範囲外でのバッテリーの使用は避けてください。推奨温度範囲外でバッテリーを使用すると、バッテリーが膨張し、発火、あるいは爆発する恐れがあります。低温環境下でカメラを使用する際は、バッテリーの持ち時間を延ばすため、事前に常温でバッテリーをフル充電します。
3. バッテリーを長期間使用しないと、バッテリー性能に影響します。
4. 良好な作動状態を維持するため、3 カ月ごとにバッテリーの充放電を行ってください。

**Arashi Vision Inc.**

ADD: 11th Floor, Building 2, Jinlitong Financial Center, Bao'an District, Shenzhen,  
Guangdong, China

WEB: [www.insta360.com](http://www.insta360.com)

TEL: 400-833-4360 +1 800 6920 360

EMAIL: [service@insta360.com](mailto:service@insta360.com)

V1.0